

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
MOTIVASI BERPRESTASI PEMAIN BASKET DI UMS**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh

Gelar Sarjana (S-1) Psikologi



Diajukan Oleh:

ZADRIAN AFDAL DINIL HAQ

F 100 104005

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
MOTIVASI BERPRESTASI PEMAIN BASKET DI UMS**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh

Gelar Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan Oleh:

ZADRIAN AFDAL DINIL HAQ

F 100 104005

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
MOTIVASI BERPRESTASI PEMAIN BASKET DI UMS**

Diajukan oleh :

ZADRIAN AFDAL DINIL HAQ

F 100 104005

Telah disetujui untuk dipertahankan

Didepan Dewan Penguji

Telah di setujui oleh:

Pembimbing Utama



Dra. Partini M.Si

Tanggal, 30 Juni 2015

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI PEMAIN BASKET DI UMS

Diajukan oleh:

ZADRIAN AFDAL DINIL HAQ

F 100 104005

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 6 Juli 2015

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat.


Penguji Utama

Dra. Partini, M.Si



Penguji Pendamping I

Achmad Dwityanto O., S.Psi., M. Si.



Penguji Pendamping II

Dra. Wiwien Dinar Pratisti, M. Si.



Surakarta, 6 Juli 2015

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan,



(Dr. Taufik, M.Si, Ph.D)

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zadrian Afdal Dinil Haq

NIM : F 100 104 005

Fakultas / Jurusan : Psikologi / Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : **HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI
DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI PEMAIN BASKET DI UMS**

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip dari karya orang lain maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi apabila melakukan plagiat dalam menyusun karya ini.

Demikian surat penryataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Surakarta, 30 Juni 2015

Yang Menyatakan,



Zadrian Afdal Dinil Haq

F 100 104 005

MOTTO

- Life is short. Time is fast. No replay. No rewind

So enjoy every moment as it comes

- Jangan menjelaskan tentang siapapun. Karena yang menyukaimu tidak butuh itu, dan yang membencimu tidak percaya itu.

(Ali bin Abi Thalib)

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

VISI

“Menjadi pusat pendidikan psikologi yang mendasarkan pada risalah Islam dan Budaya Indonesia di tingkat Nasional dan Asia”.

MISI

- 1) Menyelenggarakan pendidikan psikologi di tingkat Sarjana dan Magister Psikologi Profesi.
- 2) Mengembangkan penelitian psikologi yang mendasarkan pada risalah Islam dan Budaya Indonesia.
- 3) Mengembangkan pengabdian kepada masyarakat atas dasar tanggung jawab sosial.
- 4) Menjalin kerjasama dengan lembaga pendidikan, lembaga penelitian, pemerintah, dunia usaha dan masyarakat.

TUJUAN

Menghasilkan sarjana psikologi yang mandiri, jujur, kreatif dan bertanggung jawab dalam menerapkan dasar-dasar ilmu psikologi.

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Karya sederhana ini penulis persembahkan untuk:

Papa dan Mama yang selalu memberikan doa restu dan kasih sayang yang tak ada habisnya.

Kakak dan adik-adik serta semua keluarga besar terima kasih atas do'a dukungan dan motivasinya.

Teman-teman kampus, teman-teman Basket Psychology UMS yang selalu mendukung dalam menyelesaikan skripsi.

KATA PENGANTAR



Assalammu'alaikum Wr. Wb

Allhamdulillah, puji syukur atas semua limpahan nikmat yang diberikan oleh Allah SWT, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir penyusunan skripsi ini dengan baik.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan derajat sarjana Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa adanya bantuan dari semua pihak, baik yang terlibat langsung maupun tidak langsung. Maka pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Taufik, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan izin kepada peneliti dalam penelitian ini.
2. Bapak Zamrud dan Ibu Andriani tercinta yang selalu senantiasa memberikan doa restu dan segala hal yang terbaik, sehingga dapat sampai saat ini.
3. Ibu Dra. Partini M.Si selaku Pembimbing dan Pembimbing Akademik yang telah sabar dan teliti memberi masukan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Dra. Wiwin Dinar P., M.Si, selaku penguji pendamping I, terima kasih atas bantuan serta telah memberikan saran dan evaluasi dalam penyusunan skripsi ini.

5. Bapak Achmad Dwityanto O., S.Psi., M.Si, selaku penguji pendamping II, terima kasih atas bantuan serta telah memberikan saran dan evaluasi dalam penyusunan skripsi ini.
6. Teman kampus imam, kuna, cukong, mas bagus, mas riki, mas andri, japros, yang selalu ada dikantin koe yang sering memberi masukan dan membantu dalam memberikan info, juga penghibur dikampus.
7. UBB UMS yang telah membantu dan memberikan izin untuk melakukan penelitian.
8. Mas Kipli, Oda, Rino, Dona, Vandi, Alfa, Edo, Reza, Haryo, Ajik, Burhan, Verry, Figna, Stevi, Fiona, Sabila, Nalla dan Mas Bayu terimakasih kebersamaannya di tim basket Psikologi UMS.
9. Bobi, Mita, Anggi, Gilang, Gembur, Dandung terima kasih sudah mensupport dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-teman dikontrakan Anggi, Dwi, Adit, Papi yang selalu memberikan tempat dalam pengerjaan skripsi ini dan dorongan dalam menyelesaikannya.
11. Bunda nila yang selalu mengingatkan terimakasih gak henti-hentinya mengingatkan mengerjakan skripsi ini.
12. Seluruh kakak, teman, adik dan semuanya yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu terimakasih banyak atas kritikan, saran dan dukungannya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu kritik dan saran sangat penulis harapkan demi kebaikan skripsi ini. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti lain, bagi pembaca dan bagi dunia pendidikan pada umumnya.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Surakarta, 6 Juli 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN VISI, MISI, TUJUAN	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	5
C. Manfaat Penelitian	6
BAB II. LANDASAN TEORI.....	7
A. Regulasi Emosi	7
1. Pengertian Regulasi Emosi	7
2. Aspek- aspek Regulasi Emosi.....	10

3. Faktor-faktor Regulasi Emosi	14
B. Motivasi Berprestasi	16
1. Pengertian Motivasi Berprestasi	16
2. Aspek- aspek Motivasi Berprestasi.....	18
3. Faktor-faktor Motivasi Berprestasi	19
C. Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Motivasi Berprestasi	23
D. Hipotesis	25
BAB III. METODE PENELITIAN	26
A. Identifikasi Variabel.....	26
B. Definisi Operasional Variabel.....	26
C. Populasi dan Teknik Sampling	27
D. Metode Pengumpulan Data.....	29
E. Validitas dan Reliabilitas	35
F. Metode Analisis data.....	36
BAB IV. LAPORAN PENELITIAN	38
A. Persiapan Penelitian	38
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	38
2. Persiapan Alat Pengumpulan Data.....	40
B. Pengumpulan Data	44
1. Penentuan Subjek Penelitian	44
2. Prosedur Pengumpulan data.....	44
3. Jadwal pengumpulan data	44
C. Hasil Analisis Data	45

1. Uji Asumsi	45
a. Uji Normalitas.....	45
b. Uji Linieritas Hubungan	45
2. Uji Hipotesis	46
3. Sumbangan Efektif.....	46
4. Kategorisasi	46
D. Pembahasan.....	48
BAB V. PENUTUP	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1	
Alternatif penilaian Regulasi Emosi	31
Tabel 3.2	
<i>Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi	32
Tabel 3.3	
Alternatif penilaian Motivasi Berprestasi.	34
Tabel 3.4	
<i>Blue Print</i> Skala Motivasi Berprestasi	34
Tabel 4.1	
<i>Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi	41
Tabel 4.2	
<i>Blue Print</i> Skala Motivasi Berprestasi	43
Tabel 4.3	
Kategorisasi, Frekuensi dan Prosentase Motivasi Berprestasi.....	47
Tabel 4.4	
Kategorisasi, Frekuensi dan Prosentase Regulasi Emosi.....	47
Tabel 4.5	
Rangkuman Uji Hipotesis <i>Product Moment</i> , Sumbangan efektif dan kategorisasi	48

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

LAMPIRAN

A : Skala Pengukuran (alat pengumpulan data).....	60
B : Uji Validitas dan Reliabilitas Skala dengan formula Aiken	74
C : Uji Validitas dan Reliabilitas	78

D : Lampiran	95
--------------------	----

1. Uji Normalitas Sebaran	96
2. Uji Linieritas Hubungan	97
3. Hasil analisis <i>product moment</i>	99

E : Lampiran	102
--------------------	-----

KATEGORISASI

1. Regulasi emosi	103
2. Motivasi Berprestasi	105

LAMPIRAN F	107
------------------	-----

SURAT IJIN PENELITIAN

1. Unit bola basket

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN

1. Unit bola basket

SURAT KETERANGAN ANALISIS DATA

SURAT KETERANGAN PENYERAHAN BUKTI FISIK

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI PEMAIN BASKET DI UMS

Zadrian Afdal Dinil Haq

Dra. Partini, M.Si

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Zadrian_13@yahoo.co.id

ABSTRAK

Motivasi berprestasi adalah dorongan untuk meraih kesuksesan dengan mengarahkan dan memilih tingkahlaku yang terkendali sesuai kondisi, dan kecenderungan mempertahankannya sampai tujuan tercapai. Regulasi emosi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi atlet saat menghadapi pertandingan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan motivasi berprestasi pemain basket di ums. Subjek penelitian ini berjumlah 60 orang atlet yang mengikuti Unit Bola Basket UMS atau UBB UMS. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non random sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala, yaitu skala regulasi emosi dan skala motivasi berprestasi dan dianalisis dengan teknik analisis *product moment*.

Kesimpulan hipotesis ada hubungan positif yang sangat signifikan antara regulasi emosi dengan motivasi berprestasi. Semakin tinggi regulasi emosi semakin tinggi motivasi berprestasi sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka motivasi berprestasi rendah. Hal ini ditunjukkan dengan nilai $r_{xy} = 0,620$ dengan $\text{sig.} = 0,000$ ($p < 0,01$). (2) Tingkat regulasi emosi pada subjek tergolong sedang. Hal ini ditunjukkan oleh rerata empirik sebesar 79,05 sedangkan rerata hipotetik sebesar 63. (3) Motivasi berprestasi pada subjek tergolong tinggi. Hal ini ditunjukkan oleh rerata empirik sebesar 81,08 sedangkan rerata hipotetik sebesar 52,5. (4) Sumbangan efektif (SE) variable regulasi emosi dengan motivasi berprestasi sebesar 38,4%. Hal ini berarti masih terdapat 61,6% variabel lain yang dapat mempengaruhi motivasi berprestasi diluar variable regulasi emosi.

Kata kunci: *atlet, motivasi berprestasi dan regulasi emosi*